



Ayurveda Paragon – noch beliebter – noch erfolgreicher

In den letzten Jahren hat sich viel verändert im Ayurveda Paragon. Setzte sich in den früheren Jahren unser Publikum vorwiegend aus deutschen Gästen zusammen, finden sich inzwischen immer mehr internationale Besucher bei uns ein. So konnten wir im April 2013 Gäste aus acht verschiedenen Nationen bei uns willkommen heißen.

Dabei ist und bleibt die Qualität unserer ayurvedisch-medizinischen Betreuung unsere größte Stärke. Einige der großartigen Erfolge, die unsere Ärzte dabei erzielen, können Sie auf den Folgeseiten lesen.

Die wachsende Beliebtheit unseres Hauses zeigt sich auch daran, dass wir für die Hochsaison zwischen Mitte Dezember und Ende März schon sehr früh ausgebucht sind. Sollten Sie einen Besuch bei uns in dieser Zeit planen, empfiehlt es sich, die Buchung recht bald vorzunehmen.

Ihr
Ayurveda Paragon Team

Im Überblick

<i>Das Ayurveda Paragon – immer beliebter</i>	<i>01</i>
<i>Erfolgsberichte</i>	<i>02</i>
<i>Mit Ayurveda die Nikotinsucht bekämpfen</i>	<i>03</i>
<i>Unsere Mitarbeiter</i>	<i>04</i>
<i>Unser Maskottchen</i>	<i>06</i>
<i>Kontakt</i>	<i>06</i>
<i>Unsere Preise</i>	<i>07</i>
<i>Paragon Friends</i>	<i>08</i>



Viele unserer Gäste kommen zu uns, um Ihre Gesundheit und Vitalität zu erhalten. Andere wiederum kommen mit akuten Krankheiten, nicht selten auch in Fällen, bei denen die konventionelle Medizin aufgegeben hat. Und manchmal vollbringen unsere Ärzte nahezu kleine Wunder, von denen nicht nur die Betroffenen zehren, sondern die immer wieder das gesamte Paragon-Team in Freude und Erstaunen versetzen. An einigen solcher Fälle möchten wir Sie gerne teilhaben lassen:

Erfolgsberichte unserer Gäste

Johann R., 73 Jahre alt, leidet seit neun Jahren an Demenz und besuchte das Paragon zusammen mit seiner Frau, da er alleine hilflos ist. Bei seiner Ankunft konnte Herr R. kein Gespräch mehr führen, er konnte keinen Zimmerschlüssel benutzen und fand alleine nicht die Toilette. Ihm wurden umfangreiche ayurvedische Behandlungen sowie gezielte Akupunktur verabreicht. Nach drei Wochen intensiver Behandlungen konnte er mit seiner Frau sprechen, erinnerte sich an Ereignisse seines früheren Berufslebens, ging alleine zur Toilette und schloss eigenständig die Zimmertür auf.

Frau K., 47 Jahre alt, erreichte das Paragon mit akutem Burn-out-Syndrom, war erschöpft und dem Totalzusammenbruch nahe. Während ihres dreiwöchigen Aufenthaltes bei uns wurden zunächst entspannende Behandlungen und ayurvedische Heilmittel zur Entgiftung verabreicht. Die traditionelle Panchakarma-Kur in Verbindung mit Yoga und Meditation half Frau K., ihre Doshas auszubalancieren, zu entgiften und wieder zu sich selbst zu finden.

Nach Abschluss ihrer Kur kehrte sie nach eigenem Bekunden „wie neu geboren und mit viel Lebensmut nach Deutschland zurück.“

Sonja M., 54 Jahre alt, kam nach einer langen Leidenszeit und Besuchen bei vielen Ärzten zu uns. Sie litt seit sieben Jahren an starken Muskelverhärtungen, Muskelschwäche und Nervenschmerzen, aufgrund derer sie eine Gehhilfe benötigte. Auch der Sprachmechanismus war eingeschränkt. Der Verdacht auf primäre Lateralsklerose konnte in Deutschland nicht ausgeschlossen werden. Frau M. erhielt zunächst spezielle Abkochungen, die auch bei Menschen mit Lähmungen verabreicht werden. Zusätzlich erhielt sie täglich frisch zubereitete Kräuterwasser und eine Kräuterpaste zur Lösung der Muskelverhärtungen der Zunge.

Die Anwendungen zielten vorwiegend darauf ab, die Muskeln zu lösen und entspannen sowie die Nerven, die für den Bewegungsapparat verantwortlich zeichnen, zu stimulieren. Akupunktur unterstützte diesen Prozess. Am Ende ihres Aufenthaltes im Ayurveda Paragon konnte Frau M. ohne ihre Gehilfe laufen und das erste Mal seit 3 ½ Jahren wieder schwimmen. Auch das Sprechen fiel ihr leichter. Das ganze Team des Ayurveda Paragon beobachtete mit Begeisterung die täglichen Fortschritte und freute sich mit Frau M. über die erzielten Ergebnisse. Um die Verbesserungen weiter voran zu treiben, hat Frau M. bereits ihren nächsten Aufenthalt bei uns gebucht.



Mit Ayurveda die Nikotinsucht bekämpfen

Dass Rauchen der Gesundheit schadet, ist inzwischen jedem Raucher bekannt. Viele von ihnen würden gern dem Laster abschwören, haben jedoch bisher noch nicht den für Sie Erfolg versprechenden Weg zum Nichtrauchererleben gefunden.

Tabakkonsum und Rauchen sind schon aus der Zeit um 5,000 v.Ch. bekannt. Insofern ist es nicht verwunderlich, dass sich Ayurveda auch vor Jahrtausenden schon um Behandlungsformen gegen diese Sucht bemühte.

Das Ayurveda Paragon hat in den alten Schriften besondere Kräuterheilmittel und Behandlungsformen wiederentdeckt, die es Rauchern erleichtern, sich von der Nikotinsucht zu lösen. Die Therapie ist sehr individuell und wird durch gezielte Akupunktur, Yoga, Meditation sowie Hinweise und Tipps zur Ernährung zur Erreichung des angestrebten Ziels abgerundet. Durch die traditionellen Panchakarma-Behandlungen wird der Körper entgiftet, so dass die Schadstoffe, die sich vom jahrelangen Rauchen angesammelt haben, schneller ausgeleitet und somit die Entzugserscheinungen reduziert werden.

Das Programm zur Raucherentwöhnung wird parallel zur allgemeinen Ayurveda-Kur durchgeführt. Für nähere Informationen zur Raucherentwöhnung rufen Sie uns unter unserer kostenfreien **Hotline 00800 466 466 78** an. Oder schreiben sie uns eine Mail an: **info@paragonsrilanka.com**

Wir beraten Sie gerne!



Unsere Ärzte empfehlen für einen dauerhaften Erfolg eine Aufenthaltsdauer von ca. 3 Wochen



Viraj

zuständig für Zimmer 101–107. Viraj lebt mit seinen Eltern in Galle. Er ist noch nicht verheiratet und ist seit September 2011 im Paragon beschäftigt.

Wir stellen unsere Mitarbeiter vor...

Room-Boys

Sie sind es, die Ihr Zimmer sauber machen, Ihre Seife und die Handtücher wechseln und zur Dämmerung Ihr Moskitonetz für Sie herunterlassen: Unser stilles Team der unverzichtbaren Helfer. Viele von ihnen sind schon seit Jahren im Ayurveda Paragon beschäftigt und haben eine sehr starke Verbindung zum Hotel. Heute möchten wir sie Ihnen vorstellen:



Gunarathna

zuständig für Zimmer 201–207. Gunarathna ist einer unserer "Oldtimer". Er ist 39 Jahre alt und seit unserer Gründung im Jahr 1996 bei uns. Zusammen mit seiner Frau und seinen beiden Söhnen wohnt er in Ahangama.



Prasanne

zuständig für Zimmer 301–307. Prasanne ist 38 Jahre alt und wie sein Kollege Gunarathna von Anfang an im Team des Paragon. Er lebt ebenfalls in Ahangama und hat einen Sohn und eine Tochter.



Pushpakumara

zuständig für Zimmer 401–407. Pushpakumara. Auch Pushpakumara ist seit 17 Jahren im Paragon beschäftigt. Er kommt aus Unawatuna und hat eine Tochter und einen Sohn.



Ashan

zuständig für Zimmer 108–117
Ashan ist mit seinen 20 Jahren einer der Jüngsten im Team. Er ist seit 2011 bei uns und stammt – wie einige seiner Kollegen – aus Ahangama. Zum Heiraten ist er nach Ansicht seiner Eltern noch zu jung.



Mangala

zuständig für Zimmer 208–218
Mangala ist 35 Jahre alt und so etwas wie der ruhende Pol im Housekeeping-Team. Auch er ist von Anfang an dabei. Zusammen mit seiner Frau und seiner Tochter wohnt er in Galle.



Dilip

zuständig für Zimmer 308–318.
Dilip ist 25 Jahre jung und stammt aus Weligama. Seine immerwährende Fröhlichkeit ist ansteckend und man sieht ihn selten ohne Lächeln. Er ist noch Single und wird im Jahr 2014 heiraten.



Nuwan

zuständig für Zimmer 409–418
Nuwan ist 31 Jahre alt und noch nicht verheiratet. Er ist seit 7 Jahren in unserem Hotel beschäftigt. Auch Nuwan stammt aus Ahangama.



Pathma

Pathma ist für die Junior-Suiten, die Master-Suite und Zimmer 220 und 320 zuständig. Er stammt aus Meepe und ist noch nicht verheiratet.



Buddhike

Buddhike ist 33 Jahre alt und unser „Springer“, der immer dort einspringt, wo Hilfe benötigt wird. Zusammen mit seiner Frau und seiner Tochter lebt er in Imaduwa



Darf ich mich Ihnen vorstellen ?



Mein Name ist AyPa, ich bin das Maskottchen des Hauses. Zusammen mit meiner große Familie lebe ich schon seit Generationen im Ayurveda Paragon. Dementsprechend ernähre ich mich vorwiegend ayurvedisch, vorzugsweise direkt aus der Hand der freundlichen Gäste.

Von Ölmassagen sehe ich zugunsten meines ohnehin gepflegten Fells ab, die eine oder andere Streichelmassage – am besten von Gästehand – lasse ich allerdings gerne über mich ergehen.

Zu meinen Lieblings Speisen gehört frische Kokosnuss, die die Gäste freundlicherweise häufig im Garten stehen lassen. Aber ich verachte auch das eine oder andere Stück Kuchen nicht unbedingt. Im Grunde bin ich sehr friedliebend. Wenn mir aber etwas nicht gefällt und ich mich gestört fühle, kann ich das auch mit vehementer Lautstärke kund tun und berichte meinen zahlreichen Verwandten im Paragon Garten davon.



Ihr *Kontakt* zu uns

Unsere kostenlose Hotline für Anrufer aus Deutschland, der Schweiz und Österreich. Wir sind Montag bis Freitag von 9.00 bis 19.00 Uhr mitteleuropäischer Zeit für Sie da. Samstags erreichen Sie uns von 09.00 bis 13.00 Uhr. Zu anderen Zeiten nutzen Sie bitte unseren Anrufbeantworter. Wir garantieren Ihnen unseren kurzfristigen Rückruf.

Freecall 00800 466 46678

Übrigens: diese kostenlose Telefon-Nummer gilt nur aus dem Festnetz. Mit Mobiltelefonen erreichen Sie uns unter +94 91 438 48 86 bis -4888.



Unsere Preise in der Übersicht

Sommerangebot (01.04.2013 – 30.09.2013)

Aufenthaltsdauer	Erdgeschoss DZ p.P.	Erdgeschoss EZ	1. + 2. Etage DZ p.P.	1. + 2. Etage EZ	Dachterrasse DZ p.P.	Dachterrasse EZ
14 Nächte	1.582 EUR	1.750 EUR	1.722 EUR	1.890 EUR	1.946 EUR	2.114 EUR
21 Nächte	2.268 EUR	2.520 EUR	2.478 EUR	2.730 EUR	2.814 EUR	3.066 EUR
28 Nächte	2.856 EUR	3.192 EUR	3.136 EUR	3.472 EUR	3.584 EUR	3.920 EUR

Sommer-Sonderpreis: von Mai bis Ende September entfällt der Einzelzimmerzuschlag.
Buchen Sie ein Gartenzimmer im Erdgeschoss in der Sommersaison und sparen Sie zusätzlich

Unsere Preise bleiben in der nächsten Wintersaison stabil!

Winterangebot (01.10.2013 – 31.03.2014)

Aufenthaltsdauer	Grundpreis p.P.	mit EZ-Zuschlag	mit Dachterrasse im DZ p.P.	mit Dachterrasse im EZ
14 Nächte	1.974 EUR	2.142 EUR	2.198 EUR	2.366 EUR
21 Nächte	2.835 EUR	3.087 EUR	3.171 EUR	3.423 EUR
28 Nächte	3.640 EUR	3.976 EUR	4.088 EUR	4.424 EUR

Saisonaufschlag vom 20.12.2013 bis 10.01.2014: 84,- Euro pro Woche pro Person

Rabatte für unsere Stammgäste

Diese gelten rückwirkend ab 1996. Sie gelten nicht für den Einzelzimmerzuschlag oder den Zuschlag auf Dachterrassen oder bei Buchung über ein Reisebüro.

Rabatte auf den Zimmergrundpreis.	2.-5. Besuch	6.-10. Besuch	ab dem 11. Besuch
	5%	10%	15%

Selbstverständlich unterbreiten wir Ihnen gerne ein Angebot für eine individuelle Aufenthaltsdauer und für Ihren gewünschten Flug je nach Abflugort. Rufen Sie uns an, wir sind gerne für Sie da! **00800 466 46678** Sie können den Preis für Ihren gewünschten Aufenthalt auch jederzeit auf unserer Webseite **www.paragonsrilanka.com** unter der Rubrik „Preise und Reservierung“ selbst ermitteln.

Preisinformation

In unseren Preisen sind die Original-Panchakarma-Kur, inklusive aller verordneten ayurvedischen Medikamente enthalten. Übernachtung, Vollpension, nichtalkoholische Getränke sowie Yoga- und Meditationsunterweisungen und der Flughafen-transfer bei An- und Abreise sind ebenfalls im Preis inbegriffen. Die Zimmer stehen am Anreisetag ab 14.00 Uhr und am Abreisetag bis 12.00 Uhr zur Verfügung.

Paragon Friends

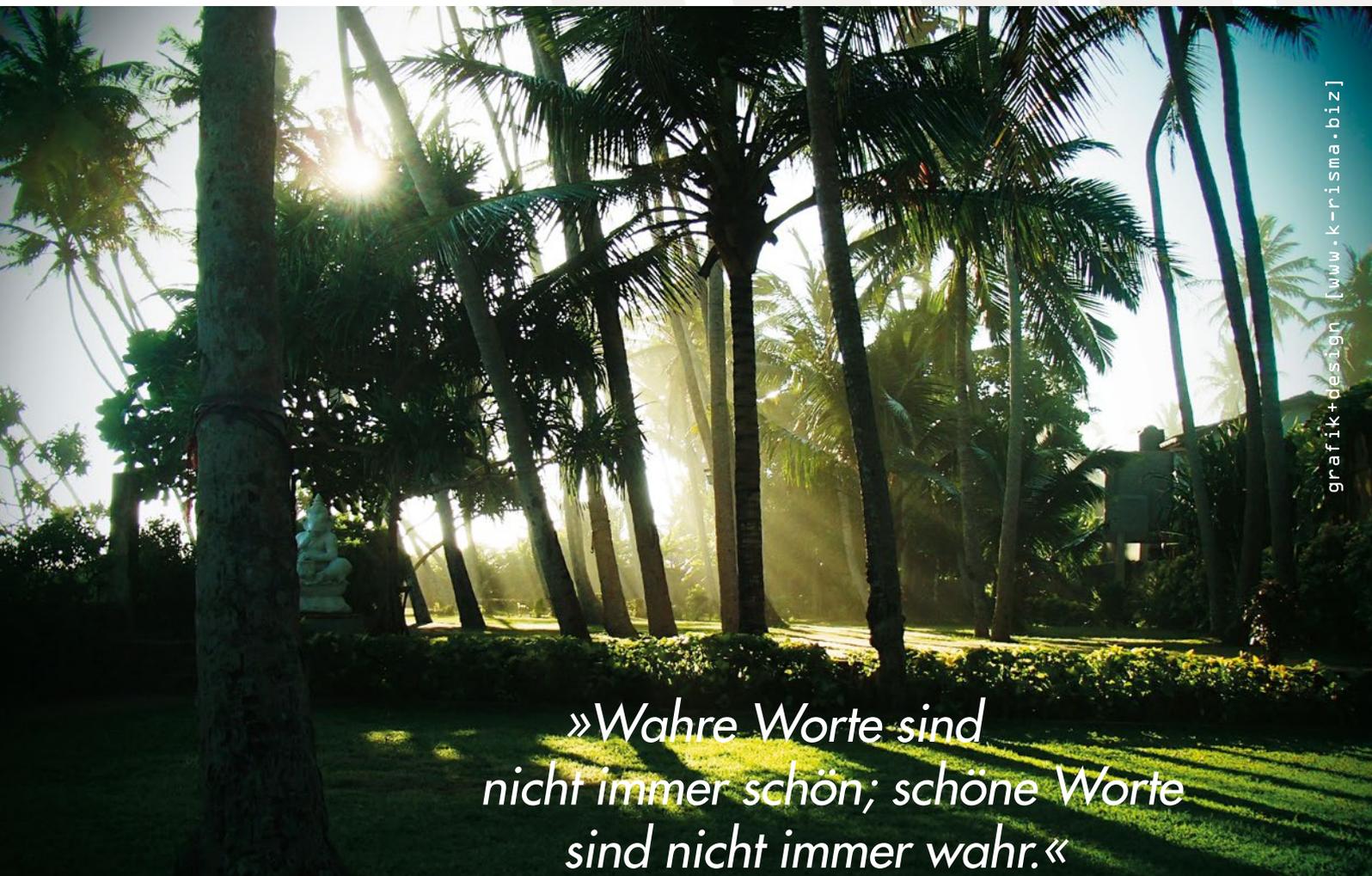
Falls Ihnen Ihr Aufenthalt bei uns gefallen hat, freuen wir uns selbstverständlich, wenn Sie dies weitersagen.

Schriftlich können Sie das auch im Gästebuch auf unserer Internetseite **www.paragonsrilanka.com** tun. Für jede Empfehlung eines neuen Gastes, der eine Kur im Ayurveda Paragon mit mind. 14 Tagen Aufenthalt bucht, erhalten Sie von uns einen Gutschein in Höhe von 50 Euro, den wir bei Ihrer nächsten Buchung verrechnen. Selbstverständlich können Sie diesen Gutschein auch an Freunde verschenken. Der Empfehlungs-Bonus kann nur für Direktbuchungen gewährt werden.

P.O.Box 1 . Talpe . Sri Lanka
Tel 00800 466 46678 (kostenfrei)
Fax +94 91 438 4889
info@paragonsrilanka.com
www.paragonsrilanka.com

Newsletter abonnieren

Unser neuer Newsletter hält Sie über Aktivitäten und Neuigkeiten im Ayurveda Paragon auf dem Laufenden. Möchten Sie diesen Newsletter regelmäßig beziehen, so lassen Sie es uns bitte wissen. Ein Anruf auf unsere kostenlose Telefonnr. oder eine E-Mail genügen: Freecall: 00800 466 46678
E-Mail: info@paragonsrilanka.com



*»Wahre Worte sind
nicht immer schön; schöne Worte
sind nicht immer wahr.«*

Laotse (um 550 v. Chr.)